

CROQUETTES

Ingrédients :

- 700ml du béchamel
- 1 poulet rôti
- Oeuf pour la panure
- Farine
- Pain crumble pour la panure
- Sauce à rôtir (du poulet)
- Noix de muscade au goût
- Beurre
- Huile d'olive pour la friture

Les étapes de préparation :

1. Coupez le blanc de poulet en petits bouts. Dans une poêle, mettez 50 g de beurre et ajoutez le poulet pour le faire cuire.
2. Ajoutez ensuite 50g de farine et remuez bien. Ajoutez le lait petit à petit et remuez jusqu'à obtenir une crème.

(Il est conseillé d'ajouter un peu de la sauce du poulet rôti pour ajouter du goût)

3. Après cela, remuez bien et ajoutez un peu de noix de muscade. Laissez la pâte reposer pendant quelques heures au réfrigérateur, couverte d'un film plastique.
4. Une fois les deux heures passées, sortez la pâte du réfrigérateur et formez les croquettes, trempez-les dans l'œuf et la chapelure, puis faites-les frire dans de l'huile très chaude.
5. Pour finir, retirez l'excédent d'huile avec un morceau de papier.

